EA791A-42 [多機能]歩数計 取扱説明書

このたびは当商品をお買い上げいただき誠にありがとうございます。
使用に際しましては取扱説明書をよくお読みいただきますようお願いいたします。

◆仕　様

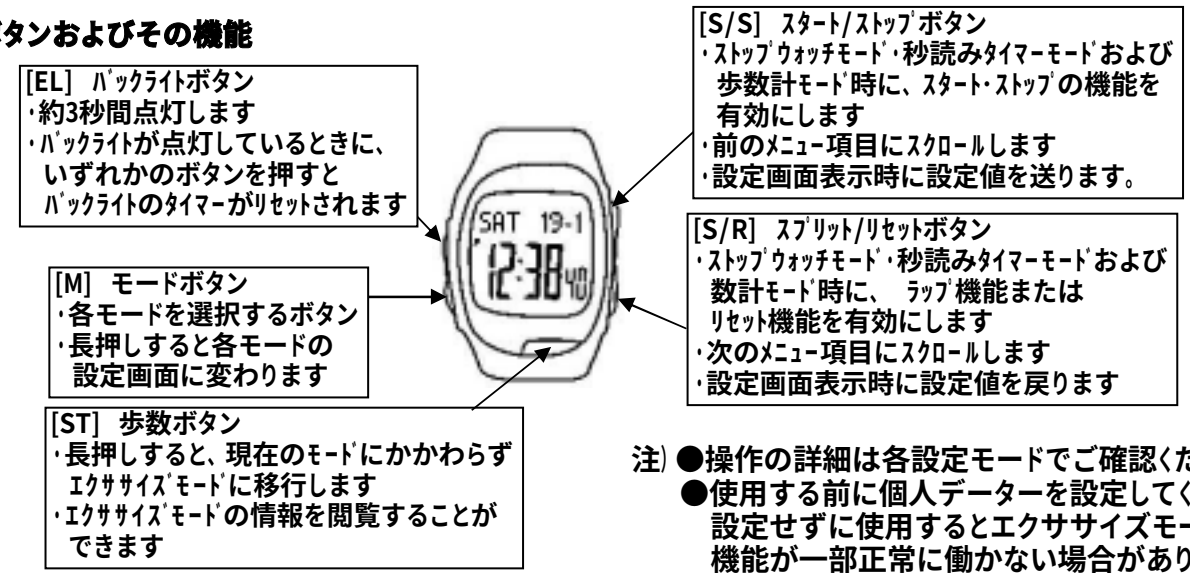
●表示内容

ホームタイム表示、デュアルタイム表示モード…自国とサブ（ワールドタイム）の表示が可能（切替式）
例えば、日本とアメリカとか日本とフランスのように2国の時間が表示できます
時間表示方法：AM、PM、時間、分、秒
時間制：12時間または24時間
カレンダー：月、日、曜日の表示（うるう年および曜日を考慮した自動カレンダー機能付）
アラームモード…毎日のアラーム、毎時間チャイムの設定が可能、アラーム音：30秒
ストップウォッチモード…最小表示単位：1/100秒、測定範囲：23時間59分59秒
秒読みタイマーモード…最長23時間59分59秒設定可能、最小表示単位：1秒
歩数計モード
歩数測定…0～345,600歩/1日、表示可能歩数範囲…0～999,999歩
エクササイズタイマー…最長24時間、距離計測…0～400km、速度計測…45km/時間
メモリー機能…1日の記録(7日分) 1週間の記録（10週間分）保存可能です

●電　源…ボタン電池（ＣＲ2032）：付属

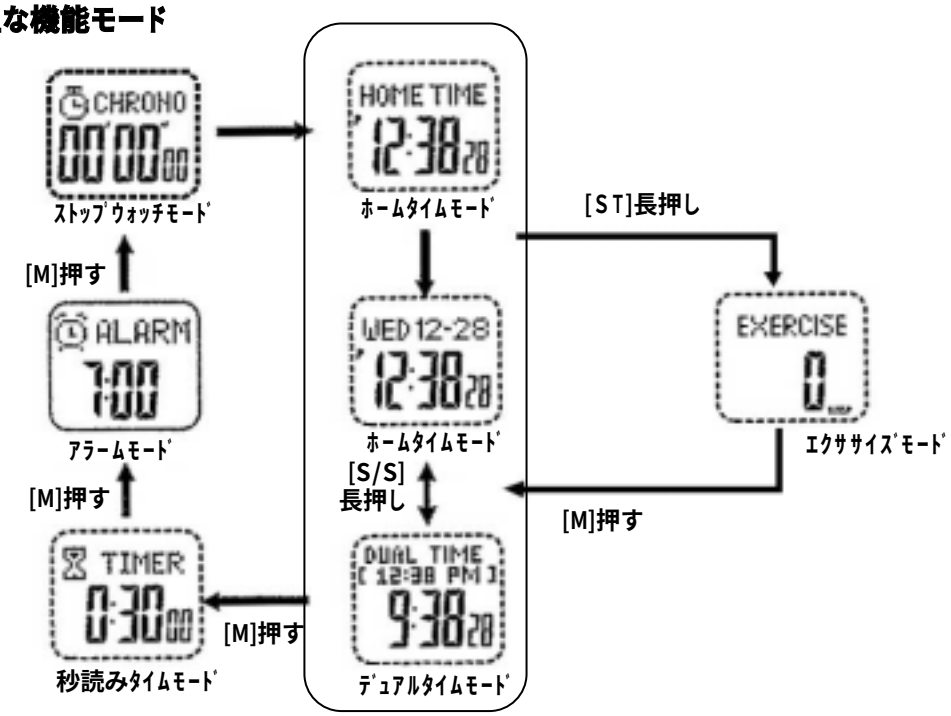
●バックライト付

1.ボタンおよびその機能



注）●操作の詳細は各設定モードでご確認ください。
●使用する前に個人データーを設定してください。
設定せずに使用するとエクササイズモードの
機能が一部正常に働かない場合があります。

2.主な機能モード



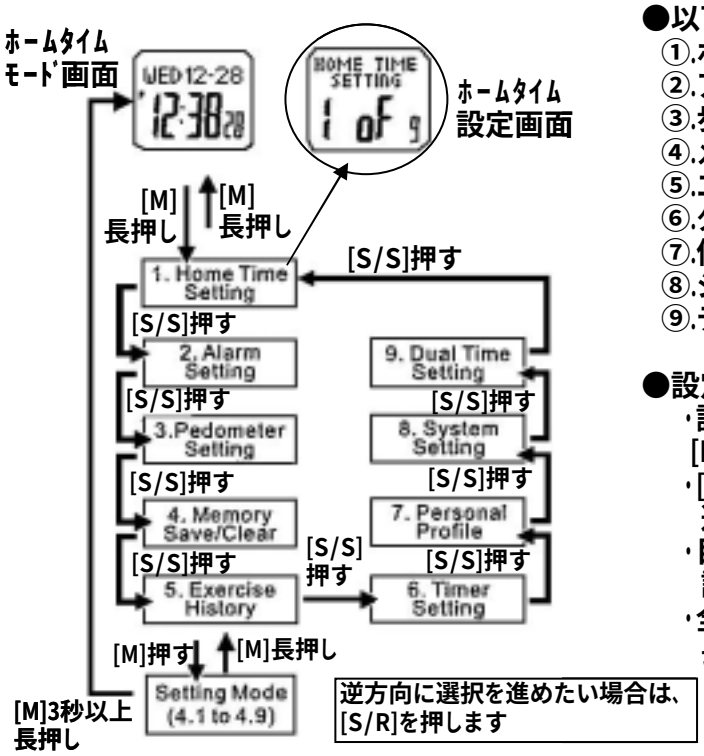
3.ホームタイムモード (ホームタイム表示・デュアルタイム表示)

●ホームタイム表示
・ホームタイムの曜日・日付が一段目に表示されます。
・現在の時刻 (時・分・秒) が2段目に表示されます。

●デュアルタイム表示
・ホームタイムが1段目に表示されます
・デュアルタイム (時・分・秒) が2段目に表示されます

●ホームタイムとデュアルタイムの表示切替方法
・デュアルタイムを表示するには、ホームタイムモードで
[S/S]ﾎﾞﾀﾝを約2秒間押してください
・ホームタイムを表示するには、デュアルタイムモードで
[S/S]ﾎﾞﾀﾝを約2秒間押してください
・ホームタイムとデュアルタイムの表示を切替るには
[S/S]ﾎﾞﾀﾝを約2秒間押してください

4.クイック設定モード (9種類の設定)



●以下の9種類の設定をすることができます
①.ホームタイム設定
②.アラーム時刻設定
③.歩数計設定
④.メモリー保存・消去
⑤.エクササイズ設定
⑥.タイマー設定
⑦.個人データー設定
⑧.システム設定
⑨.デュアルタイム設定

●設定を選択する
・設定を選択するには、ホームタイムモードで
[M]ボタンを長押ししてください
・[S/S]か[S/R]ボタンを押し、設定1～9の表示を
選びます
・目的の設定項目が表示されると[M]ボタンを押して
設定作業を行ないます
・全ての設定が終了すると[M]ボタンを3秒以上
長押ししホームタイムモード画面に戻します

4-① クイック設定モード　ホームタイムを設定する

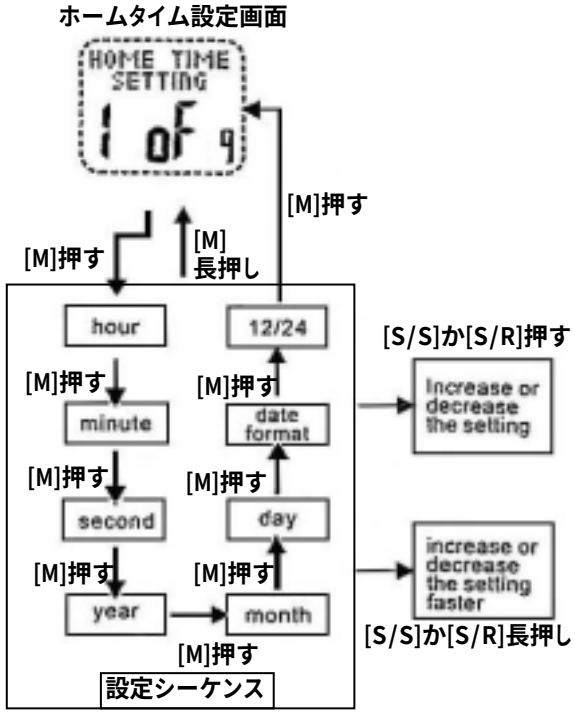
●ホームタイム設定方法
・ホームタイムモード時に[M]ﾎﾞﾀﾝを長押しし、
ホームタイム設定画面を呼び出します

・ホームタイム設定画面が表示されると[M]ﾎﾞﾀﾝを
押し、時・分・秒・年・月・日・曜日・12/24時間制
を選択し、設定します

・点滅している数字を変えることができます

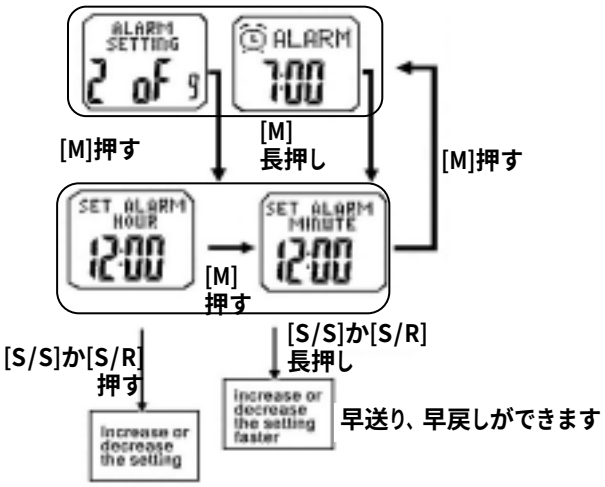
・[S/S]ﾎﾞﾀﾝで送り、[S/R]ﾎﾞﾀﾝで戻ります

・全て設定が完了すると[M]ﾎﾞﾀﾝを3秒以上
長押しすると元に戻ります



4-② クイック設定モード　アラーム時刻を設定する

アラーム設定画面　アラームモード画面



●アラーム時刻設定方法
- ･アラームモード画面またはアラーム設定画面を呼び出し、[M]ﾎﾞﾀﾝを押します
- ･時･分の順番で設定することができます
- ･点滅している数字を変えることができます
- ･[S/S]ﾎﾞﾀﾝで送り、[S/R]ﾎﾞﾀﾝで戻します
- ･全て設定が完了すると[M]ﾎﾞﾀﾝを押してください

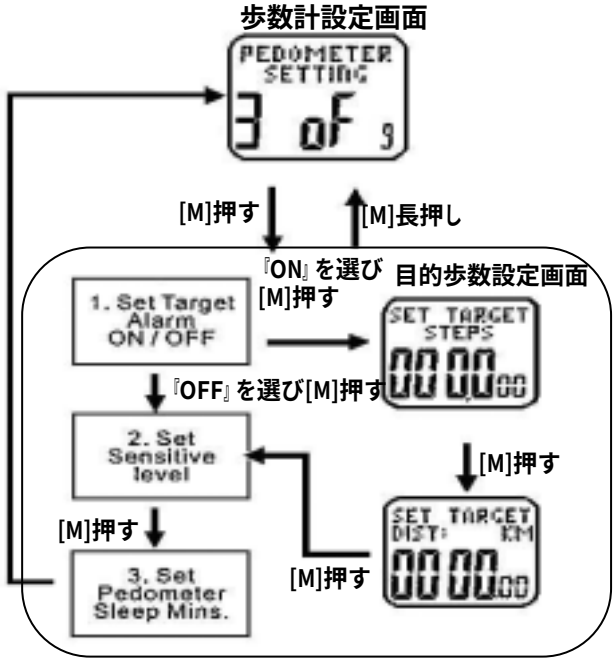
＊アラーム機能をオフにする場合は、アラームモード画面で[S/S]ﾎﾞﾀﾝを押してください

4-③ クイック設定モード　歩数計設定

●歩数計の設定
- ⅰ目標アラームのON/OFF
- ⅱ感度レベル
- ⅲ歩数計スリープ

が設定できます

歩数計設定画面

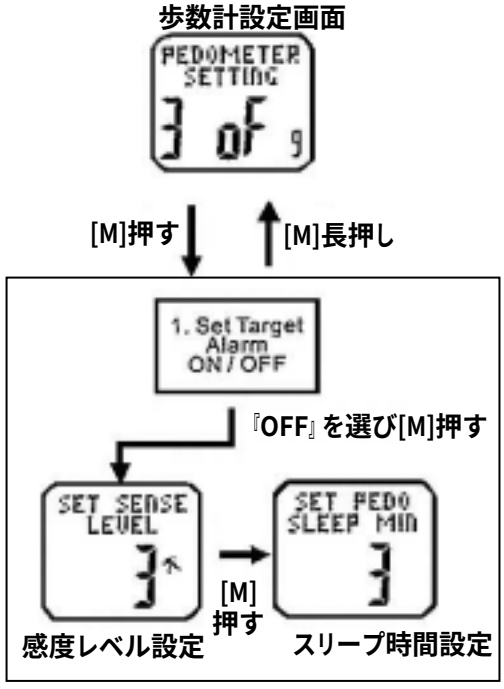


●ⅰ目標アラームの設定
- ･ご自分のエクササイズに合わせ歩数および距離を設定します
- ･「Set Target Alarm ON/OFF」画面で[ON]を選び、[M]ﾎﾞﾀﾝを押し目標歩数を設定します
- ･[M]ボタンを押し、目標距離を設定し、[M]ﾎﾞﾀﾝを押し感度レベル設定に移ります
- ･「Set Target Alarm ON/OFF」画面で[OFF]を選び、[M]ﾎﾞﾀﾝを押すと感度レベル歩数計スリープ設定へ移ります

●ⅱ感度レベルと歩数計スリープの設定
- ･感度レベル…歩数計のユーザーの歩く速度または走る速度に合わせ、調整･設定します
- ･スリープ時間…一歩も歩数が検出されなかった場合に、歩数計がスリープモードに移行するまでの待ち時間を設定します
- ･感度レベル設定
  目標アラームを設定後もしくは「Set Target Alarm ON/OFF」画面で[OFF]を選びます[S/S]または[S/R]ﾎﾞﾀﾝで選べます
- ･スリープ時間設定
  感度レベル設定後設定します
  [S/S]ﾎﾞﾀﾝで増加、[S/R]ﾎﾞﾀﾝで減少できます
- ･設定が完了すると[M]ﾎﾞﾀﾝを押して元に戻ります

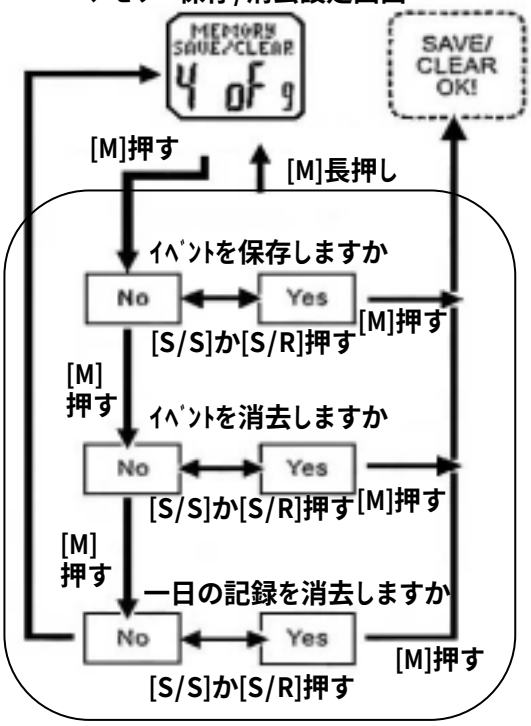
＊適切な感度レベルを決定するには、歩数計モードでビープ音がなり始めるまで実際に歩くか、走ってください
ビープ音が歩く速度または走る速度と一致している場合はそのレベルを選択してください
ビープ音が歩く速度または走る速度と一致していない場合は他のレベルを試してください

歩数計設定画面



4-④ クイック設定モード　メモリー保存と消去の設定

メモリー保存/消去設定画面



●保存、消去可能なデーターとは
・1日の記録…今日現在の1日の記録

●エクササイズデーターを保存、消去する
・メモリー保存/消去設定画面で[M]ﾎﾞﾀﾝを押し
設定画面に移行します

＊エクササイズデーターが取得されなかった場合は、
『イベント保存』『イベント消去』の画面は表示されません

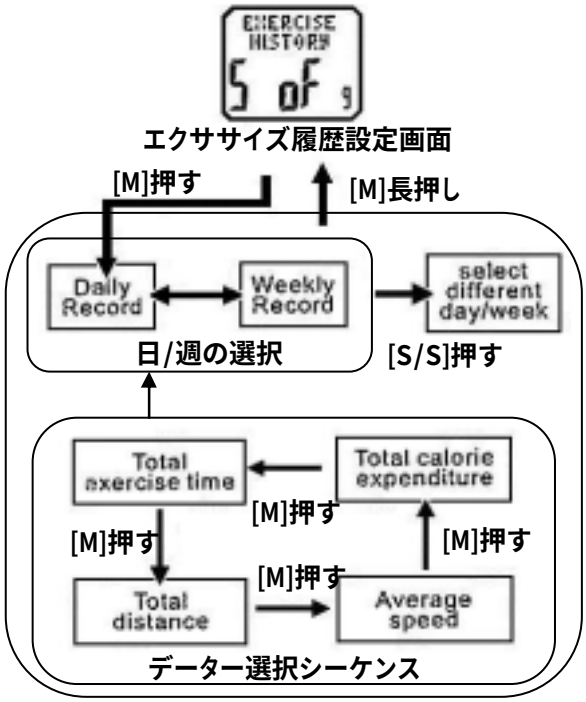
・[S/S]か[S/R]のﾎﾞﾀﾝを押し、『YES』か『NO』を
選択します
・[M]ﾎﾞﾀﾝを押し、『保存』か『消去』かを選択します
・設定が完了すると[M]ﾎﾞﾀﾝを押し、元に戻ります。

＊設定が完了すると、データはその日のメモリーに
累積されます
保存されていないイベントはその日の夜の12時
(午前0時) に なると自動的にその日のメモリーに
累積され、エクササイズﾓｰﾄﾞは次の日の記録を
とるためリセットされます

4-⑤ クイック設定モード　エクササイズ履歴の設定

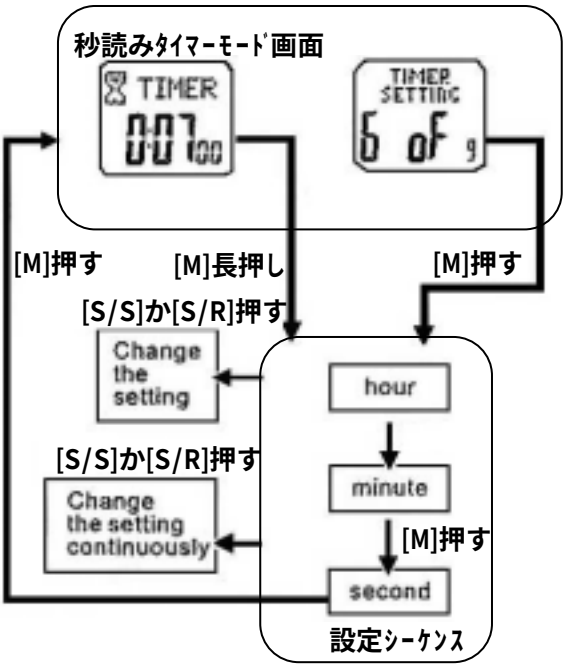
●本体に記録されているデーターを閲覧することが
できるモードです
エクササイズ履歴設定画面を呼び出し、[M]ﾎﾞﾀﾝを
押します
・1日のデータか1週間のデータかを[S/S]か[S/R]
ﾎﾞﾀﾝで選びます
・希望に記録タイプが選択されたら、[S/S]ﾎﾞﾀﾝを押し、
閲覧した日または週を選びます
・[M]ﾎﾞﾀﾝを押すと、エクササイズデータが時間・
速度・距離・消費カロリーの順で閲覧できます
・[M]ﾎﾞﾀﾝを長押しすると元に戻ります

エクササイズ履歴設定画面



4-⑥ クイック設定モード　タイマー設定

秒読みﾀｲﾏｰﾓｰﾄﾞ画面



●秒読みタイマー設定
・最長23時間59分59秒まで設定できます

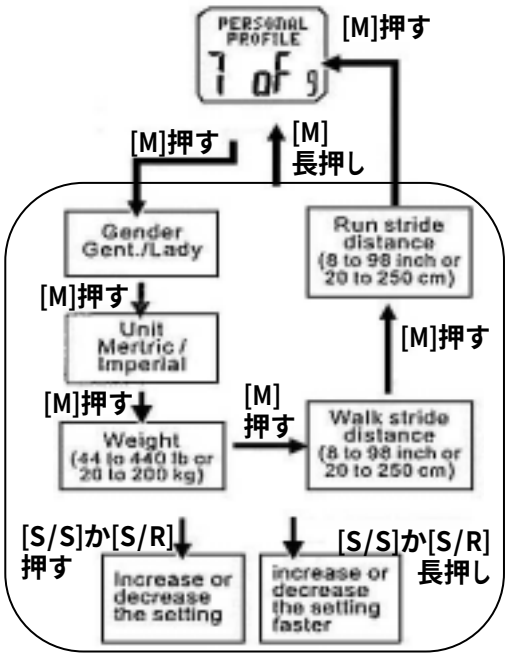
設定方法
・秒読みタイマー設定画面を呼び出すか、秒読み
タイマーモード画面で[M]ﾎﾞﾀﾝを押します
・時間・分・秒の順で設定できます
・数字を増加させるときは[S/S]ﾎﾞﾀﾝ、
減少させるときは[S/R]ﾎﾞﾀﾝを押します
・設定後[M]ﾎﾞﾀﾝを長押しすると元に戻ります
＊カウント中はタイマーを設定することができません
表示は代わりに秒読みタイマーモードに切替わります

4-⑦ クイック設定　個人データー設定

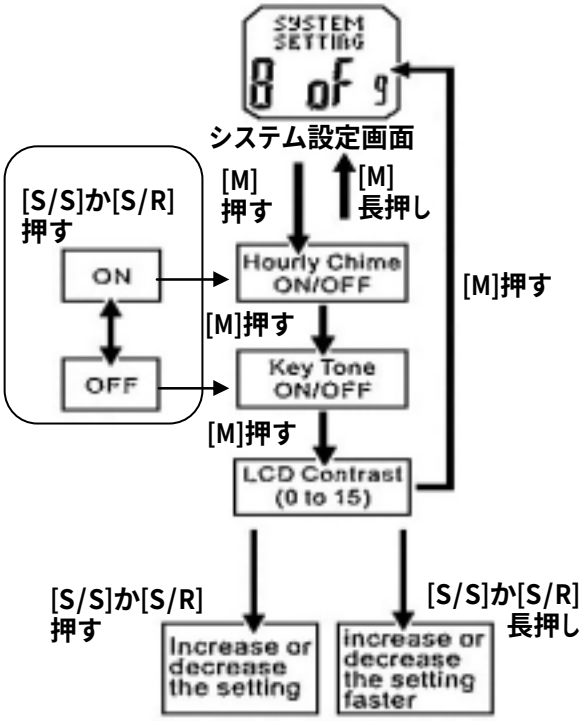
●個人データーの設定
・個人データー設定画面を呼び出します
・性別、センチ・インチ表示の切替、体重、歩幅、走幅、生年月日の順で設定します
・体重は20～200kgまで
歩幅、走幅は20～250cmまで入力できます

●使用する前に個人データーは設定してください
設定せずに使用すると、エクササイズモードの機能が一部正常に働かない場合があります

個人データー設定画面



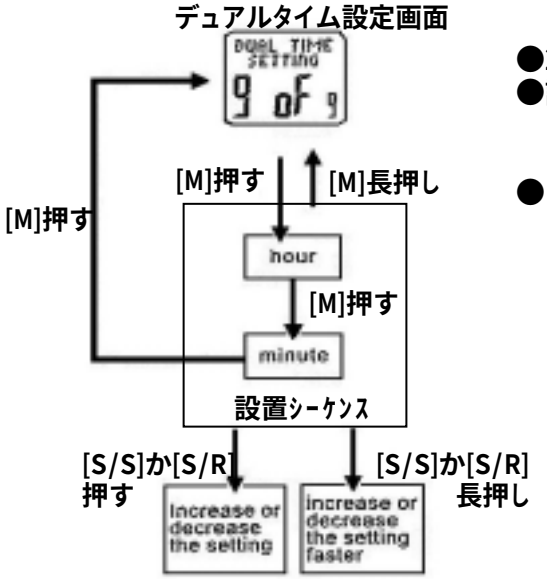
4-⑧ クイック設定　システム設定



● お好みに合わせチャイム・キー操作音・
ＬＣＤコントラストの設定ができます
● システム設定画面を呼び出します
[M]ﾎﾞﾀﾝを押し、チャイム・キー音・コントラストと移り、
その都度[S/S]か[S/R]ﾎﾞﾀﾝで『ON』『OFF』を
設定します
●設定が完了すると、[M]ﾎﾞﾀﾝを長押しして元に戻ります
＊ 毎時チャイムが『ON』に設定されている場合、
かかわらず、毎時チャイムマークが画面に
表示されます
チャイムは1時間毎（1時、2時、3時・・・）になります
＊ LCDコントラスト設定
画面点滅時に[S/S]か[S/R]ﾎﾞﾀﾝを押し設定します
[S/S]か[S/R]ﾎﾞﾀﾝを押し続けると数値を連続して
変更することができます
● 設定が完了すると[M]ﾎﾞﾀﾝを押し、元に戻ります

4-⑨ クイック設定　デュアルタイム設定

デュアルタイム設定画面

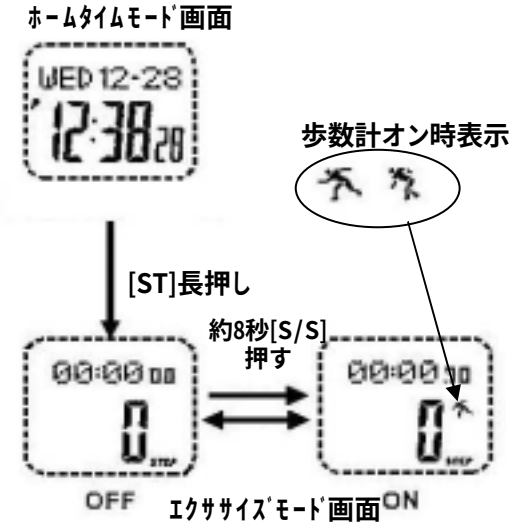


●2つ目のタイムゾーンを設定します
●設定方法
・時間、分の順番で設定します
点滅している数字を[S/S]か[S/R]ボタンで設定します
● 設定が完了すると[M]ﾎﾞﾀﾝを押し、元に戻ります

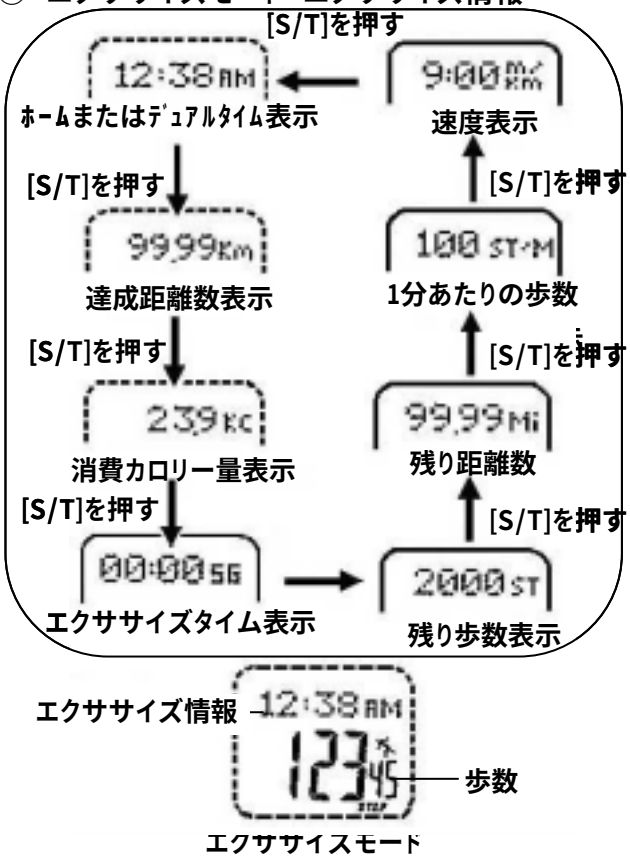
5.エクササイズモード

● エクササイズ機能を[ON/OFF」するには
・エクササイズ機能（歩数計測定）は、エクササズモードが選択されると自動的に『ON』されます
・[S/S]ﾎﾞﾀﾝを押すとエクササイズ機能を直ちに『ON/OFF』することができます

注）① 一定時間（スリープ時間）1歩も歩数計が検出されない場合は、歩数計測定が自動的に停止されます
② 設定モードが選択されている場合、エクササイズモードは、自動的に『OFF』になります
③ 歩数計を使用する前に、個人データーが適切に設定されていることを確認してください
詳しくは4-⑦をご参照ください



5-① エクササイズモード エクササイズ情報

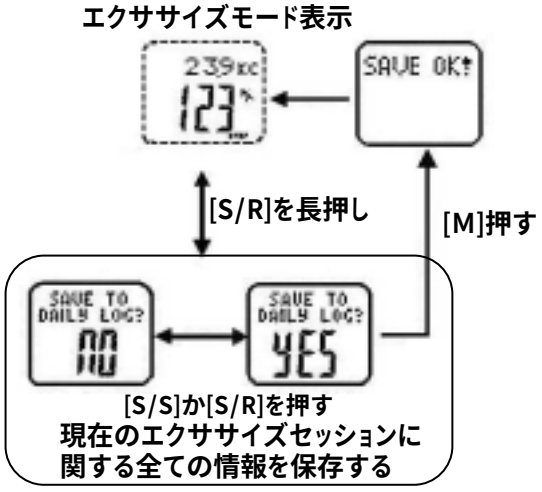


● エクササイズ情報
エクササイズ機能がオンされた時点で（歩行/走行を同時に想定した場合）[S/T]ﾎﾞﾀﾝを押すと、歩行または走行について以下のエクササイズ情報が表示されます
・ホーム/デュアルタイム
・達成距離数表示
・消費カロリー量
・エクササイズ時間
・残り歩数
・残り距離数
・1分あたりの歩数
・速度
これらの情報はすぐに画面で読み取るか、記録として保存することができます

＊目標アラームが『OFF』に設定されているときは、このモードを見ることができません（4-③参照）

＊『ZERO』になると、10秒間警報が鳴ります

5-② エクササイズモード 現在のエクササイズ情報を保存する



● 現在のエクササイズセッションに関するエクササイズ情報を保存する方法

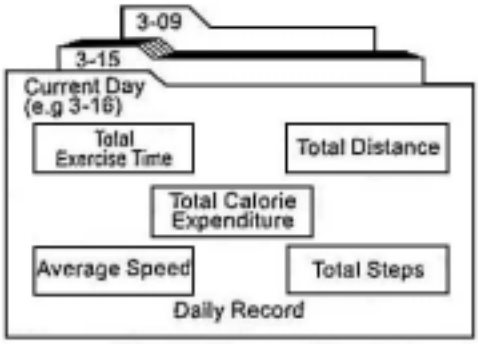
・ エクササイズ情報画面で[S/R]ﾎﾞﾀﾝを長押しし、「Save Evrnt（イベントを保存する）」を表示させます
・ [S/S]か[S/R]ﾎﾞﾀﾝを押し、『YES』か『NO』に切替ます
・ エクササウズ情報全てを保存するには、『YES』を表示させ、[M]ﾎﾞﾀﾝを押します
・エクササイズ情報を消去するには、『NO』を表示させ、[M]ﾎﾞﾀﾝを押します

5-③ エクササイズモード　エクササイズ情報を整理する

● 1日の記録

・同一日に保管されたエクササイズ情報は、1日の記録として累積されます

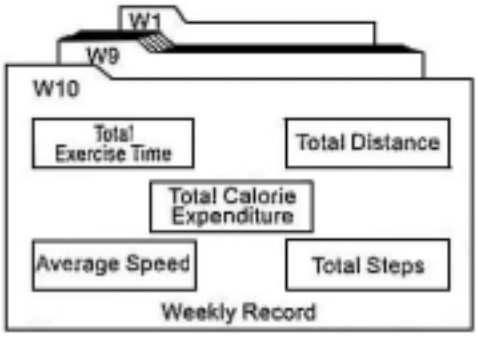
・歩数計には今日現在および過去7日間(連続) の毎日の記録が保存されます
例えば、今日現在が2007年3月16日(W11)の場合、保存される1日の記録は3-15から3-9までの7日間分です



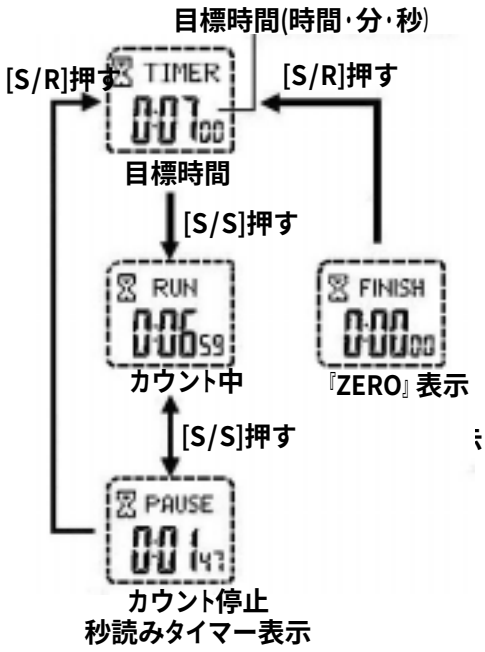
●1週間の記録

・歩数計には、日曜から土曜までの毎日の記録が累積されて、1週間の記録として毎週自動的に保存されます

・歩数計には、過去10週間分(連続) の1週間の記録が保存されます
例えば、今日現在が2007年3月16日(W11)の場合、保存される1週間の記録はW10～W1までの10週間分です
(1年はW1から始まり、W52までと想定した場合)



6 秒読みタイムモード　秒読みタイマーの使い方



● 秒読みタイマー機能の概要
・ タイマーの計測単位は1秒です
・ 目標計測時間は最中23時間59分59秒まで設定可能です

● 秒読みタイマーを設定するには
・ 秒読みタイマーの目標時間を設定します
・ 詳しくは4-⑥をご参照ください

● 秒読み時間を計測するには
・ タイマー停止時に秒読みを開始するには、[S/S]ﾎﾞﾀﾝを押します
・ タイマーのカウント中に秒読みを停止するには、[S/S]ﾎﾞﾀﾝを押します

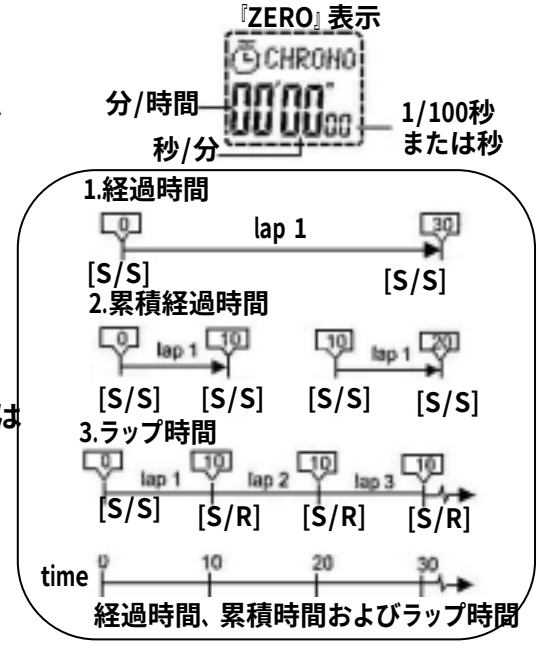
● ビープ音
・この歩数計では、秒読み中に以下の間隔でビープ音が鳴ります
10分、9分、8分、7分、6分、5分、4分、3分、2分、1分
50秒、40秒、30秒、20秒、10秒、5秒､4秒、3秒、2秒、1秒、0秒
各時間に10秒間鳴ります

●タイマーを再稼動するには
・タイマーに目標時間を再稼動されるには、タイマー停止時に[S/R]ﾎﾞﾀﾝを押します

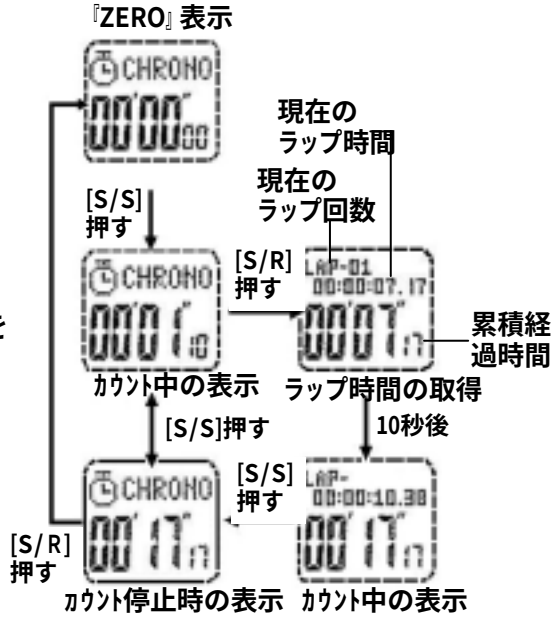
7 ストップウォッチモード　ストップウォッチ機能の概要

●ストップウォッチ機能の概要
この歩数計には、経過時間、累積時間およびラップ時間を計測するストップウォッチ機能が付いています
・計測単位…1/100秒または1秒 (最初の1時間経過後)
・計測範囲…23時間59分59秒
・ラップメモリー…最大50ラップ

●ストップウォッチ表示
ストップウォッチ表示が選択されると、画面に次の内容が表示されます
・カウント中…カウント開始後最初の1時間 (59分59.99秒) は分、秒、1/100秒が表示されます
1時間経過後は、時間、分、秒が表示されます
・カウント停止…現在のラップ時間および累積経過時間が表示されます
・ラップ表示…現在のラップ回数およびラップ時間がしばらくの間表示されます



7-① ストップウォッチモード ストップウォッチの使い方



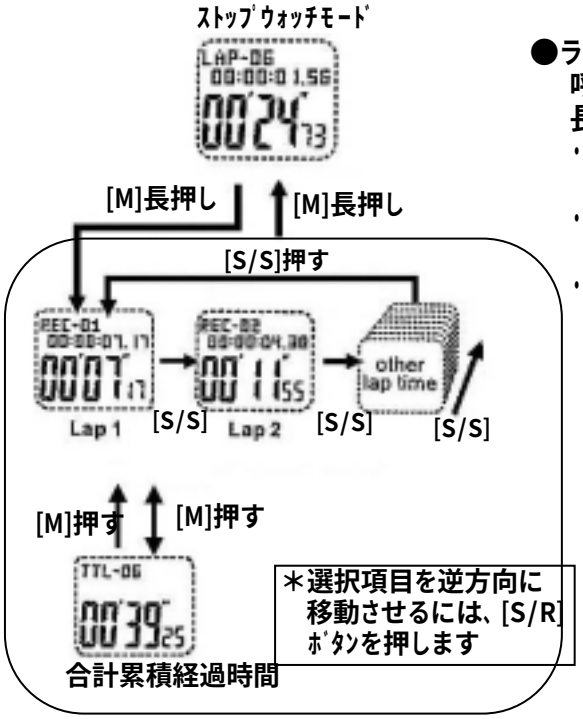
● 経過時間の計測方法
- ストップウォッチ停止時にカウントを開始するには、[S/S]ﾎﾞﾀﾝを押します
- ストップウォッチのカウントを停止するには、[S/S]ﾎﾞﾀﾝを押します

● ラップ時間を取得するには
- ストップウォッチのカウント中にラップ時間(ラップ表示)を取得するには、[S/R]ﾎﾞﾀﾝを押します
  ラップ表示は次のとおりです
  ラップ回数…1段目に表示
  ラップ時間…2段目に表示
  累積経過時間…3段目に表示
- 10秒後に自動的にカウント中の表示に戻ります
- 別のラップ時間を取得する場合も、上記のボタン操作を繰り返します

●ストップウォッチのリセット方法
- ストップウォッチをリセットしたい場合は、ストップウォッチ停止時に[S/R]ﾎﾞﾀﾝを押します

＊注意：ストップウォッチをリセットすると、全ての保存されたラップ履歴が消去されます

7-② ストップウォッチモード ラップメモリーを呼出



●ラップメモリーを呼出方法
呼出画面に移行するには、ストップウォッチモードで[M]ﾎﾞﾀﾝを長押しします
- 取得したﾗｯﾌﾟ時間を1件ずつ閲覧するには、[S/S]または[S/R]ﾎﾞﾀﾝを押します
- 合計累積経過時間とラップ時間呼出シーケンスの表示を切替るには、[M]ﾎﾞﾀﾝを押します
- 呼出しが完了したら、[M]ﾎﾞﾀﾝを長押しし、呼出画面を終了します

＊注意：ラップ履歴が記録されていない場合は、呼出画面は表示されません

8 電池の交換

●ベルトを外し、裏蓋を開き、取替えてください
または、弊社か時計店へご依頼ください

株式会社 エスコ
本社／〒550-0012 大阪市西区立売堀3－8－14
TEL (06) 6532-6226 FAX (06) 6541-0929
東京／TEL (03) 3450－4003